

Комитет образования Гатчинского муниципального района
МБДОУ «Центр развития ребёнка – детский сад №26»

Принято
Педагогическим советом
Протокол №1 от 30.08.2023

Утверждено приказ №32 от 30.08.2023
года

*Дополнительная общеразвивающая программа
Физкультурно - Спортивной направленности
«Футбол»*

Возраст обучающихся: 5–7 лет

Срок реализации: 2 года



Автор- составитель
Педагог дополнительного образования
Куорти Никита Евгеньевич

Гатчина
2023

Структура программы

I. Основные характеристики программы

1.1. Паспорт программы

1.2. Пояснительная записка

- ❖ Направленность
- ❖ Актуальность
- ❖ Отличительные особенности
- ❖ Адресат программы
- ❖ Объём и срок освоения
- ❖ Форма обучения
- ❖ Режим занятий, продолжительность занятий

1.3. Цель и задачи программы

1.4. Содержание программы

1.5. Планируемые результаты

II. Организационно – педагогические условия

2.1 Календарный учебный график

2.2 Условия реализации программы

2.3 Форма подведения итогов

2.4 Оценочные материалы

2.5 Список литературы

1.1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа разработана в соответствии со следующими нормативно-правовыми актами

- 1. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».**
- 2. Федеральный закон Российской Федерации от 14.07. 2022 № 295-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации»,**
- 3. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022 г. N 678-р),**
- 4. Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 № 629),**
- 5. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (письмо министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 года № 09-3242),**
- 6. Методические рекомендации по реализации дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий (письмо Министерства просвещения РФ от 31.01.2022 № ДГ-245/06,**
- 8. Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи СП 2.4. 3648-20 (постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. № 28),**
- 7. Устав МБДОУ «Центр развития ребёнка – детский сад №26» и с учетом возрастных и индивидуальных особенностей обучающихся на занятиях (технической, естественнонаучной, физкультурно-**

спортивной, художественной, туристско -краеведческой, социально-гуманитарной) направленности.

Ключевой формой работы с детьми дошкольного возраста и ведущим видом деятельности является игра.

Футбол – всеми любимая и доступная для любого возраста игра, для организации и проведения которой, необходим минимальный набор спортивного инвентаря и оборудования. В то же время футбол – мощное средство продвижения и популяризации физической культуры и спорта. Научные исследования игровой деятельности подчеркивают ее уникальные возможности не только для физического, но и нравственного воспитания детей, особенно для развития познавательных интересов, выработки характера и воли, адаптации к социуму.

Основываясь на динамике развития игры в последние десятилетия и проведения в Российской Федерации крупного футбольного мундиала - футбол стал наиболее востребован во всех возрастных категориях. В нем увеличилось число игровых эпизодов, возросла эффективность групповых действий в каждом игровом эпизоде и одновременно - эффективность индивидуальной игры. Это приводит к тому, что физическая подготовленность детей повышается, развиваются такие физические качества, как быстрота и ловкость. Развивать эти качества и способности нужно начинать уже в дошкольном возрасте.

Обучение технике игры в футбол в возрасте от 3 до 7 лет - основная задача подготовки будущих футболистов. Прежде чем хорошо играть, нужно освоить технические аспекты, научиться соединять разные приемы в связки и комбинации, необходимые для дальнейшего обучения.

В данной программе учтены:- взаимосвязь различных сторон тренировочного процесса, которая обеспечивает его системность и комплексность;

- приоритет в освоении техники маленького футбола и в обучении умениям эффективно применять технические приемы в играх на всех этапах подготовки;

- возрастные и индивидуальные особенности дошкольников.

Направленность программы

Программа «Футбол» имеет физкультурно-оздоровительную направленность.

Новизна данной программы состоит в организационном аспекте игры в футбол.

Данная программа построена на современных образовательных технологиях, которые отражены в:

- принципах обучения (индивидуальности, доступности, преемственности, результативности);
- формах и методах обучения (активных методах обучения, дифференцированного обучения, занятиях, конкурсах, соревнованиях и т.д.);
- методах контроля и управления образовательным процессом (анализе результатов деятельности детей);

средствах обучения (перечне необходимого оборудования, инструментов и материалов в расчете на объемы

Концепция программы

В процессе занятий футболом у детей 3-7 лет формируются многие психофизиологические процессы. Именно в этот период достигается развитие быстроты, ловкости, координация движения (развивается двигательная память) закладываются основы техники и тактики, формируется спортивный характер.

Актуальность

Тренер на основе педагогических наблюдений, бесед, контрольных испытаний (тестирований) выявляет потенциальные возможности занимающихся дошкольников. В этот период определяются устойчивость спортивных интересов ребят, их инициативность, способность к ориентировке, взаимодействию, концентрации внимания в процессе обучения.

Адресат программы

Возраст детей, участвующих в реализации данной программы 5-7 лет.

На обучение по дополнительной общеобразовательной программе «Футбол» принимаются все желающие дети, в том числе и дети с ограниченными возможностями здоровья, для них составляется по необходимости адаптированная программа.

Срок реализации программы и объем учебных часов

Реализация программы рассчитана на 1 год при объеме: 72 академических часов (периодичность занятий – с сентября по май).

Время проведение занятий: 2 раза в неделю не более 30 минут.

Цель программы:

достижение оптимальной двигательной активности с учетом интеграции образовательных областей, направленных на охрану и укрепление физического и психологического здоровья дошкольников.

Реализации этой цели будет способствовать решение следующих задач:

- укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных возможностей организма дошкольников;
- формирование у детей интереса к занятиям физической культуры посредством тренировок футболом;
- плавное физическое развитие через организацию занятий с использованием приемов (элементов) техники владения мячом в футболе;
- применение интеграции образовательных областей, направленных на оптимальную двигательную активность дошкольников.

Возраст детей:

Возраст детей, участвующих в реализации данной программы от 3 до 7 лет. В реализации данной программы могут принимать участие как мальчики, так и девочки.

Планируемые результаты

- Сформировано представление о спортивной игре «футбол»;
- Владуют навыками игры в мини футбол, применяют умения в свободной деятельности;
- Развита двигательные (мышечная сила, быстрота и т.д.) и психические (ощущения, восприятия, представления, внимание, память на движения и др.) способности детей дошкольного возраста;

- Владеют технико-тактическими приемами игры на основе базовых элементов, развитию двигательных навыков;
- Дети проявляют эмоционально-положительное отношение и устойчивый интерес к занятиям физической культурой и самостоятельной двигательной деятельности, чувство уверенности в себе.

Дети овладеют:

- Техникой передвижения без мяча: бегом лицом вперед по прямой, бег лицом вперед с изменением направления, бег спиной вперед по прямой и с изменением направления, скрестным и приставным шагом;
- Техникой удара по мячу правой и левой ногой;
- Ведением мяча ногами по прямой и с изменением направления;

Календарный учебный график на 2023 -2024 учебный год

Регламент образовательного процесса: 2 раза в неделю

Продолжительность занятия - не более 30 минут

Начало учебного года	02.10.2023г.
Продолжительность учебного года в (неделях)	36 недель
Продолжительность учебных недель в месяц	4 недели
Продолжительность занятий в неделю	2 занятия
Окончание учебного года	31.05.2023г.
Каникулы	С 28.12.2023 по 9.01.2024г

Работа с родителями

С целью оптимизации и повышения эффективности педагогического процесса целесообразным представляется взаимодействие педагога с родителями обучающихся детей.

Используются следующие формы работы с родителями:

1. Беседы (индивидуальные и групповые) получение необходимой информации о ребенке, его семье; о существующих проблемах ребенка о требованиях, предъявляемых к детям на занятиях; о технике выполнения детьми упражнений, количестве получаемой нагрузки.

2. Родительские собрания - решение актуальных вопросов и проблем, связанных с организацией занятий, формами их проведения; результаты и достижения детей за определённый срок.

3. Сопровождение детей на экскурсиях, различных поездках, а также во время проведения товарищеских матчей.

Содержание программ начальной подготовки должно исходить из приоритета обучения технике футбола. На этих этапах мальчики должны изучать технику игровых приемов.

Учебный план(изучение техники игровых приемов)

№ п/п	Технический элемент	Количество занятий
1.	Ведение мяча	14
2.	Прием (остановка) мяча	14
3.	Удар по мячу внутренней стороной стопы (передача мяча)	14
4.	Удар по мячу средней частью подъёма	14

5.	Жонглирование мячом	8
	ИТОГО:	64

Тематическое планирование изучения техники игровых приемов на учебный год (с октября 2023 года по май 2024 года).

Ведение мяча:

- внутренней и внешней сторонами стопы;- подошвой;- средней частью подъёма;- со сменой направления;- со сменой игрового темпа.

Прием (остановка) мяча:

- внутренней стороной стопы;
- подошвой;
- бедром.

Удар по мячу внутренней стороной стопы (передача мяча):

- по неподвижному мячу;
- по движущему мячу.

Удар по мячу средней частью подъёма:

- по неподвижному мячу;
- по движущему мячу.

Жонглирование мячом:

- средней частью подъёма (правой и левой ногами);
- бедром (правым и левым бёдрами).

Обучение техническим приемам необходимо начинать в простых упражнениях, но обязательно дополнять их игрой в футбол.

Описание технических приемов, выполнение которых в тренировочных занятиях положительно сказывается на изменении уровня технико-тактических умений и специальной физической подготовленности.

Упражнения на ведение мяча

- Перекатывание мяча подошвой в движении, поочередно обеими ногами; далее - катить мяч подъемом и тянуть мяч назад подошвой, поочередно правой и левой ногами;

- Перекатывание мяча то влево, то вправо с остановкой его поочередно внутренней и внешней сторонами стопы. Упражнение выполняется поочередно правой и левой ногами;

- Перекатывание мяча назад и вперед как подошвой, так и средней частью подъема, поочередно меняя ноги;

- Перевод мяча от одной стопы к другой, двигаясь при этом по прямой линии;

- Перемещение мяча назад подошвой, затем вперед подъемом, остановка мяча подошвой той же стопы, заступает за него, поворот и ведение его подъемом той же стопы в другом направлении. В этом задании обращать внимание на качество выполнения каждого элемента и скорость перехода от одного элемента к другому.

- «Увод» мяча от соперника внешней стороной стопы. После этого - смена направление движения и «увод» мяча внутренней стороной стопы.

- Игроки выполняют эти же самые игровые приемы, но в зигзагообразных перемещениях. В этом случае они учатся сочетать «увод» мяча от соперника с одновременным изменением направления и скорости перемещений.

- Ведение мяча правой и левой ногами. Вначале - внутренней стороной стопы правой и левой ног. Потом - внешней стороной стопы как правой ногой, так и левой ногой.

- Удары по маленьким воротам низом внутренней стороной стопы. Для выполнения этого упражнения каждому футболисту на поле ставят сделанные из стоек (конусов, маркеров и т.п.) индивидуальные ворота шириной в 1 м. Дистанция удара - 3 м, акцент на самые существенные моменты: разбег к мячу, постановка опорной ноги, расположение корпуса по отношению к мячу и воротам, амплитуда замаха бьющей ноги, проводка (после соприкосновения с мячом нога продолжает движение за мячом).

- Дети движутся по большому треугольнику или четырехугольнику. Они должны катить мяч перед собой внутренней стороной стопы одной ноги и останавливать его подошвой другой ноги. При выполнении этого упражнения тренер оценивает расстояние, на которое мяч отлетает от футболиста после

удара (толчка) внутренней стороной стопы. Он объясняет детям, что это расстояние должно быть таким, чтобы игрок постоянно контролировал мяч и мог укрыть его от соперника.

- Футболисты продолжают движение по треугольнику или четырехугольнику, но теперь они поочередно меняют стопы: ведут мяч внутренней стороной стопы правой ноги - останавливают его подошвой левой ноги. Затем ведут мяч внутренней стороной стопы левой ноги - останавливают его подошвой правой ноги и т.д.

- Эстафета «ведение мяча с обводкой конусов (стоек)», дистанция - от 5 до 10 м, тренер формирует группы из 4-5 футболистов, продолжительность задания - 5 мин. Число групп должно быть таким, чтобы не было длительного простоя.

- Игроки вначале уводят мяч от соперника внешней стороной стопы. После этого они меняют направление движения, делают то же самое внутренней стороной стопы.

- Покатить мяч вперед средней частью подъема и тянуть мяч назад подошвой, упражнение выполняется двумя ногами.

- Введение мяча по зигзагообразной линии подошвой для поворота мяча в нужном направлении.

Упражнения на прием (остановку) мяча

- Из фишек (конусов) сделать круг диаметром 6 метров, внутри круга располагается один футболист, по периметру круга остальные футболисты. У каждого футболиста мяч в ногах, который находится по периметру круга. Задача поочередно катить мяч (сначала руками, потом ногой) футболисту в центре, который останавливает мяч различными способами (внутренней частью стопы, подошвой и бедром).

- Футболисты располагаются лицом друг к другу на расстоянии +/- 3 метров и поочередно передают мяч, останавливая его различными способами: внутренней стороной стопы, подошвой и бедром.

- Передача мяча в движение с приемом (остановкой). Футболисты разбиваются на пары и в этих парах двигаются по залу поочередно передавая друг другу мяч и останавливая его перед этим любым способом: внутренней частью стопы, подошвой и бедром.

- У каждого футболиста мяч в руках. Руками подбросить мяч над собой и остановить после одного удара о пол подошвой.

- У каждого футболиста мяч в руках. Руками подбросить мяч над собой и остановить его в воздухе бедром.

Упражнения на удар по мячу внутренней частью стопы

- Из фишек (конусов) сделать круг диаметром 6 метров, внутри круга располагается один футболист, по периметру круга остальные футболисты. У каждого футболиста мяч в ногах, который находится по периметру круга. Задача поочередно делать удар по мячу внутренней частью стопы футболисту в центре, который останавливает мяч различными способами (внутренней частью стопы, подошвой и бедром) и тем же способом возвращает мяч обратно. Игрок в центре меняется, когда все игроки выполнят удар по мячу внутренней частью стопы.

- Футболисты располагаются лицом друг к другу на расстоянии +/- 3 метров и поочередно выполняют удар по мячу внутренней частью стопы, останавливая его различными способами: внутренней стороной стопы, подошвой и бедром.

- Передача мяча в движение с приемом (остановкой). Футболисты разбиваются на пары и в этих парах двигаются по залу поочередно делая удар по мячу внутренней частью стопы друг другу и останавливая его перед этим любым способом: внутренней частью стопы, подошвой и бедром.

- Игра «вышибала». Игроки при помощи ведения мяча и удара по мячу внутренней частью стопы стараются выбить мяч у противника.

- Игра «теннисбол». Игроки делятся на две команды. У каждой команды есть своя зона, выходить из неё нельзя. Игроки

выполняют удар по мячу внутренней частью стопы в противоположную зону. Побеждает та команда, которая быстрее отправит все мячи в зону противника.

- Удары по мячу внутренней частью стопы в стенку, стойку или в гимнастическую скамейку +/- 3 метра между футболистом и предметом.

Упражнения на удар средней частью подъёма

- Из фишек (конусов) сделать круг диаметром 6 метров, внутри круга располагается один футболист, по периметру круга остальные футболисты. У каждого футболиста мяч в ногах, который находится по периметру круга. Задача поочередно делать удар по мячу средней частью подъёма футболисту в центре, который останавливает мяч различными способами (внутренней частью стопы, подошвой и бедром) и тем же способом возвращает мяч обратно. Игрок в центре меняется, когда все игроки выполнят удар по мячу внутренней частью стопы.

- Футболисты располагаются лицом друг к другу на расстоянии - 3 метров и поочередно выполняют удар по мячу средней частью подъёма, останавливая его различными способами: внутренней стороной стопы, подошвой и бедром.

- Игра «вышибала». Игроки при помощи ведения мяча и удара по мячу средней частью подъёма стараются выбить мяч у противника.

- Игра «теннисбол». Игроки делятся на две команды. У каждой команды есть своя зона, выходить из неё нельзя. Игроки выполняют удар по мячу средней частью подъёма в противоположную зону. Побеждает та команда, которая быстрее отправит все мячи в зону противника.

- Удары по мячу средней частью подъёма в стенку, стойку или в гимнастическую скамейку +/- 3 метра между футболистом и предметом.

- Удары средней частью подъёма в маленькие ворота (1-2 м шириной, сделанные из конусов или стоек) с небольшого разбега (4-6 м от места удара до ворот).

- Удар средней частью подъёма в стенку по встречному мячу, накатываемому партнером.

Программа спроектирована с учетом ФГОС дошкольного образования, особенностей дошкольного учреждения, региона и муниципалитета, образовательных потребностей и запросов воспитанников.

Программа определяет цель, задачи, планируемые результаты, содержание и организацию образовательного процесса на обучение детей от 3 до 7 лет игре в футбол.

Основные требования к организации занятий

Спортивный зал и оборудование МБДОУ соответствует требованиям безопасности, здоровьесбережения и эстетичности. Оборудование соответствует возрастным требованиям, обеспечивает максимальный для дошкольного возраста развивающий эффект.

Приемы и методы организации учебно-воспитательного процесса:

- Показ движений;
- Четкость выполнений;
- Отслеживания четкости выполнения;
- Игровой метод обучения;
- Анализ занятий.

Техническое оснащение занятий:

- Футбольные мячи;
- Футбольные ворота;
- Спортивная форма;
- Спортивный инвентарь (фишки, конусы, манишки).

Формы аттестации и оценочный материал:
соревнования, спортивные праздники.

Оценочные материалы

Одним из основных методов такого контроля является наблюдение. Систематические наблюдения позволяют создать целостное представление как о группе в целом, так и о каждом занимающемся. Наблюдение позволяет инструктору по физической культуре оценить способности и возможности каждого занимающегося, определить пути обучения и воспитания с учетом особенностей индивидуального развития того или иного воспитанника.

Результатом реализации программы должна стать сформированная готовность ребенка овладением навыками игры в мини футбол, двигательными умениями и навыками, развитием двигательных и психических способностей.

Эта готовность включает в себя следующее:

общая и специальная физическая готовность – освоение базовых элементов игры в футбол, а именно: ОФП и СФП:

техническое мастерство – ТМ: овладение детьми техническими приемами, выполняемые как с мячом, так и без мяча, то есть перемещения игроков, и технические приемы владения мячом.

тактическое мастерство - выполнение индивидуальных, групповых и командных действий, выполняющих определенные игровые функции,

- знание правил игры в мини футбол;

- проявление творческого отношения к игре ;

теоретическая готовность – результаты оцениваются во время занятий, а также педагог делает выводы о результативности, основываясь на собственных наблюдениях за детьми в процессе игровой деятельности.

Методический материал

В работе используются следующие методы:

Словесные (объяснение упражнения, указание, распоряжение и команда, рассказ, беседа).

Наглядные (показ, имитация, звуковые и зрительные ориентиры, использование наглядных пособий).

Практические (упражнения, конкретные задания, игровые приемы, поддержка и помощь, соревнования).

Деятельность детей оценивается только положительно, что способствует высокой активности детей, эмоциональной отдаче, хорошему настроению.

Список литературы:

1. Годик М.А., Борознов Г.Л. Футбол: типовая учебно-тренировочная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ. М.: Советский спорт, 2011г.

2. Годик М.А., Мосягин СМ., Швыков И.А. Поурочная программа подготовки юных футболистов 6-9 лет. - М.: Граница, 2008г.

3. Котенка П.В. Акробатические упражнения в тренировках юных футболистов // Теория и методика футбола. - М.: Олимпия, 2007г.
4. Кузнецов А.А. Футбол. Настольная книга детского тренера. - М.: Олимпия; Человек, 2007г.
5. Лапшин О.Б. Теория и методика подготовки юных футболистов. - М.: Человек, 2010г.
6. Желобкович Е.Ф. Футбол в детском саду. Практический материал. Москва, 2009